CPE CHEZ NOUS CHEZ VOUS

Politique alimentaire

CPE Chez nous chez vous

Adoptée par le conseil d'administration le 23 mai 2013

CPE Chez nous chez vous
8605 Berri, Montréal (Québec) H2P 2G5
185, rue de Castelnau Est Montréal (Québec) H2R 1P3

Table des matières

Objectif général **4**

Objectifs spécifiques **4**

Fondements **5**

1. RÔLES ET RESPONSABILITÉS À L'ÉGARD DE L'ALIMENTATION **5**

1.1 LE PERSONNEL ÉDUCATEUR **5**

1.2 LE RESPONSABLE DE L'ALIMENTATION **7**

1.3 LA DIRECTION **8**

1.4 LE CONSEIL D'ADMINISTRATION **8**

1.5 LE PARENT **9**

2. QUANTITÉ ET QUALITÉ NUTRITIVE **9**

2.1 MAXIMISER LA CONSOMMATION DE LÉGUMES **9**

2.2 MAXIMISER LA CONSOMMATION DE FRUITS **9**

2.3 OFFRIR DES PRODUITS CÉRÉALIERS RICHES EN FIBRES **10**

2.4 OFFRIR DES LIPIDES DE QUALITÉ **10**

2.5 LIMITER LA CONSOMMATION DE SEL **10**

2.6 LIMITER LA CONSOMMATION DE SUCRE RAFFINÉ **11**

2.7 LES BREUVAGES **11**

2.8 QUELQUES ALIMENTS EXCLUS **11**

2.9 LES RISQUES D'ÉTOUFFEMENT **12**

3. ÉLABORATION DES MENUS **13**

3.1 LA STRUCTURE DES MENUS **13**

3.2 LES COLLATIONS **13**

4. ALIMENTATION EN POUPONNIÈRE **14**

4.1 L'INTRODUCTION DES ALIMENTS COMPLÉMENTAIRES **14**

5. ALLERGIES ET INTOLÉRANCES ALIMENTAIRES **15**

5.1 LA PRÉVENTION : UNE RESPONSABILITÉ PARTAGÉE **15**

6. ANNIVERSAIRES, FÊTES ANNUELLES ET ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX **18**

6.1 ANNIVERSAIRES **18**

6.2 FÊTES ANNUELLES ET ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX **18**

7. APPROVISIONNEMENT 18
7.1 LA PROVENANCE DES PRODUITS 18
7.2 LA SÉCURITÉ ALIMENTAIRE 18
8. HYGIÈNE ET SALUBRITÉ 19
8.1 HYGIÈNE DANS LES AIRES DE PRÉPARATION 19
8.2 HYGIÈNE DU PERSONNEL 19
8.3 SALUBRITÉ 20
8.3.1 Récupération des surplus 20
8.3.2 Préparation des aliments 21
9. CONSERVATION ET ENTREPOSAGE 21
9.1 AU RÉFRIGÉRATEUR 21
9.2 REFROIDISSEMENT 21
9.3 AU CONGÉLATEUR 22
9.4 DÉCONGÉLATION 22
9.5 AU GARDE-MANGER 22

Présentation

Cette politique en matière d'alimentation a été réalisée grâce à l'outil ***ARCPEL, Politique alimentaire à l'intention des centres de la petite enfance et autres services de garde éducatifs***.

Cette politique a été conçue dans l'esprit de favoriser l'engagement du CPE dans l'affirmation de son rôle essentiel et complémentaire à celui du parent en matière d'alimentation. Elle présente concrètement les principes de base et les pratiques souhaitables pour promouvoir une saine alimentation chez les enfants.

Notons que cette politique a été réalisée en tenant compte d'un régime conventionnel contenant les aliments des quatre groupes alimentaires.

L'alimentation est un besoin essentiel à la vie et va bien au-delà du simple fait de se nourrir. Elle touche toutes les dimensions du développement de l'enfant. Le centre de la petite enfance, dont la mission fondamentale vise à favoriser le développement global et harmonieux des enfants de 0 à 5 ans, doit non seulement répondre à leurs besoins physiologiques, mais aussi les guider dans l'apprentissage d'une saine alimentation de bonnes habitudes de vie.

Le centre reconnaît le parent comme premier éducateur de son enfant. Par conséquent, sa collaboration avec le parent constitue un facteur déterminant qui contribue certainement à guider l'enfant vers des choix sains, à lui en faire prendre conscience et à le soutenir dans cette démarche, laquelle saura influencer positivement son avenir.

Objectif général

Le CPE a pour objectif de fournir un menu équilibré et varié, offrant des mets appétissants pour les enfants qui répondent aux normes du guide alimentaire canadien.
Le CPE offre un menu unique, qui respecte le guide alimentaire canadien

Objectifs spécifiques

- Fournir un outil permettant d'encadrer l'offre alimentaire de manière à respecter les fondements et principes nutritionnels essentiels à une bonne qualité de vie ;

- Définir, en se basant sur les recommandations canadiennes en nutrition, les exigences qualitatives et quantitatives relatives à l'alimentation en centre de la petite enfance ;

- Uniformiser les procédures préventives d'hygiène et de santé à l'égard de la pratique alimentaire ;

- Déterminer les rôles et responsabilités des divers intervenants au centre de la petite enfance à l'égard de l'organisation et de la gestion du volet alimentation ;

- Promouvoir l'action pédagogique et les attitudes positives qui favorisent l'apprentissage de saines habitudes alimentaires.

Fondements

Cette Politique s'appuie sur :

- La Loi sur les services de garde éducatifs à l'enfance et les règlements du ministère de la Famille et des Aînés du Québec;
- Les recommandations du Guide alimentaire canadien, version mise à jour en mai 2007;
- Les recommandations de Santé Canada, du ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec et du ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec.

1. RÔLES ET RESPONSABILITÉS À L'ÉGARD DE L'ALIMENTATION

1.1 LE PERSONNEL ÉDUCATEUR

Son rôle

Le personnel éducateur porte la responsabilité globale de l'enfant, puisqu'il lui est confié en premier lieu. Il constitue le premier intervenant en lien direct avec l'enfant et le parent. Il joue un rôle déterminant, à commencer par celui de modèle, puisqu'au-delà de la présentation des aliments, une attitude positive, une ouverture d'esprit et le maintien d'une ambiance agréable autour de la table influenceront grandement l'enfant dans son apprentissage de saines habitudes alimentaires. De plus, en développant des activités interactives qui favorisent la découverte des bons aliments, il contribue à faire de la saine alimentation une expérience enrichissante et positive au quotidien.

Ses responsabilités

- Éveille la curiosité et suscite l'ouverture des enfants à l'égard des aliments sains en ayant recours à des chansons, des histoires et en donnant de l'information pertinente sur ces aliments, comme leur valeur nutritive, afin de les rendre amusants et intéressants;
- Prévoit à sa programmation, tout au long de l'année, des activités touchant la saine alimentation;
- Communique efficacement avec les parents sur l'expérience vécue ainsi que sur la nature et la quantité d'aliments consommés par l'enfant durant la journée;
- Utilise les termes exacts pour identifier les aliments ou les ingrédients d'un menu;
- Prend les précautions nécessaires lors de la manipulation des aliments pour assurer la sécurité alimentaire, autant en ce qui concerne les allergies que les intolérances;
- Respecte les règles d'hygiène lors de la manipulation des aliments;
- Adopte une attitude positive face à l'alimentation et fait preuve d'ouverture lorsque de nouveaux aliments sont présentés;
- Favorise une ambiance détendue et agréable autour de la table;
- Adopte un style démocratique qui, non seulement permet à l'enfant d'effectuer ses propres choix, mais l'encourage à le faire;
- Aide l'enfant à reconnaître sa faim ou sa satiété;
- Encourage l'enfant à goûter tous les aliments, sans toutefois le forcer; évite de faire des commentaires négatifs ou des reproches;
- N'utilise à aucune occasion les aliments en guise de récompense ou de punition ou encore comme poids de négociation;
- Prépare les enfants à la prise du repas en établissant une routine (rangement, lavage des mains, et de la table, mise du tablier, etc.). Après le repas du midi, tous les enfants sont invités à se laver les mains.
- Ne consomme généralement pas un repas différent en présence des enfants;
- Profite des occasions de formation qui lui sont offertes en matière d'alimentation et est actif dans sa recherche d'informations sur la nutrition et les aliments afin d'enrichir les discussions et les activités;
- Communique et collabore avec la responsable de l'alimentation relativement aux besoins alimentaires des enfants;
- Participe aux échanges, aux travaux de réflexion et de consultation sur la dimension alimentaire.

1.2 LE RESPONSABLE DE L'ALIMENTATION

Son rôle

Le responsable de l'alimentation est le premier répondant de la politique et le centre de l'offre alimentaire. Il prépare les repas et les collations selon les quantités recommandées en ayant le souci de la variété de la qualité nutritive, du bon goût et de l'apparence. Il assure la sécurité alimentaire en tout temps pas le respect des règles d'hygiène, de salubrité, de conservation et d'entreposage des aliments et en offrant la nourriture adéquate aux enfants présentant des allergies ou des intolérances alimentaires. Enfin, il agit à titre de personne de référence en ce qui concerne les questions alimentaires d'ordre général de la part du personnel. Il peut être appelée à répondre aux questions des parents et des enfants portant sur l'alimentation offerte au CPE ou sur des notions de nutrition. Il dirige les parents vers le personnel éducateur pour toute question spécifique liée à leur enfant.

Ses responsabilités

- Propose des menus qui respectent le Guide alimentaire canadien;
- S'assure que tous les aliments servis soient conformes aux exigences quantitatives et qualitatives décrites dans cette politique et qu'ils soient préparés et distribués selon les règles sanitaires établies;
- Communique et collabore avec le personnel éducateur relativement aux besoins alimentaires des enfants;
- Cuisine des aliments de qualité dans une variété intéressante;
- S'assure que les aliments servis aux enfants souffrant d'allergies alimentaires soient exempts de toute contamination allergène;
- S'assure de respecter les exigences relatives à l'hygiène, l'entretien, la conservation et l'entreposage des aliments telles que décrites dans cette politique;
- Élabore des présentations colorées et appétissantes;
- Applique des méthodes de travail qui favorisent une bonne utilisation des ressources financières consenties;
- Affiche le menu et avise le personnel lorsqu'un changement survient;
- Conseille ou informe le personnel sur des questions liées à l'alimentation.
- S'assure que les aliments servis aux enfants présentant des restrictions alimentaires en raison de motifs religieux respectent les principes énoncés dans la présente politique et dans la régie interne.

1.3 LA DIRECTION

Son rôle

La direction assure la planification, le contrôle, la coordination et la mobilisation à l'égard de l'implantation, de l'application et de la pérennité de la politique alimentaire. Le rôle de la direction représente donc le point d'ancrage de l'organisation alimentaire et le lien entre tous les intervenants.

Ses responsabilités

- S'assure que le personnel éducateur et le responsable de l'alimentation disposent des outils, des ressources et du temps nécessaire pour effectuer les tâches relatives aux orientations de cette politique, cela dans les limites du budget disponible;
- S'assure de transmettre au personnel, s'il y a lieu, les informations relatives aux besoins alimentaires spécifiques de chaque enfant;
- Encourage, par des moyens concrets, les employées à participer à de la formation continue ou à des ateliers portant sur l'alimentation et les soutiens dans leurs démarches, de recherche d'informations sur le sujet;
- S'assure, au besoin, de faire valider les menus par une ressource professionnelle qualifiée en nutrition, telle qu'une une nutritionniste ou diététiste externe;
- Mets en place, au besoin, des mécanismes qui favoriseront le suivi et la pérennité de la politique alimentaire (rencontres décisionnelles avec la responsable de l'alimentation, mise sur pied d'un comité alimentaire, réunions d'équipe avec la responsable de l'alimentation, etc.).
- Effectue, au moment requis, les mises à jour des fiches d'identification concernant les enfants présentant des problèmes de santé, des allergies alimentaires, ou encore, ayant des restrictions alimentaires ;
- S'assure que l'approvisionnement en matière d'alimentation respecte les principes d'efficience et de saine gestion.

1.4 LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Son rôle

Le conseil d'administration statue sur l'adoption d'une politique interne.

Sa responsabilité

- Appuie les démarches et les initiatives de la direction qui visent la promotion de saines habitudes alimentaires, cela dans les limites du budget disponible.

1.5 LE PARENT

- S'assure d'effectuer les suivis lorsque des changements surviennent en matière d'intolérance ou d'allergies alimentaires.

2. QUANTITÉ ET QUALITÉ NUTRITIVE

- Les deux collations et le repas du midi fournissent, chaque jour, au moins la moitié des portions recommandées pour chacun des groupes alimentaires soit :

    - 2 à 2½ portions du groupe Légumes et fruits;
    - 1½ à 2 portions du groupe Produits céréaliers dont au moins la moitié sous forme de grains entiers;
    - 1 portion du groupe Lait et substituts;
    - ½ portion du groupe Viandes et substituts.

- La taille des portions est conforme aux recommandations du Guide alimentaire canadien. Cependant, puisque l'appétit des enfants varie beaucoup, une seconde portion sera servie à l'enfant qui le demande.

2.1 MAXIMISER LA CONSOMMATION DE LÉGUMES

- Les légumes présentés sont crus, blanchis, cuits à la vapeur ou dans un peu d'eau bouillante, de façon à conserver le maximum de valeur nutritive;
- Les légumes sous forme de crudités sont fréquemment servis;
- Tous les dîners comportent au moins deux variétés de légumes (un légume dans un plat composé ou un jus de légumes représentent une variété) ;
- Le jus de légumes, réduit en sodium, est servi à l'occasion.

2.2 MAXIMISER LA CONSOMMATION DE FRUITS

- Chaque jour, des fruits frais, surgelés ou en conserve (préférablement dans du vrai jus) sont offerts aux enfants en collation ou ajoutés aux salades;

- Les purées de fruits (bananes, pommes, abricots, dattes, etc.) remplacent, en tout ou en partie, le sucre dans les recettes de muffins, de gâteaux ou de biscuits;
- Lorsque cela est possible, des fruits en morceaux sont ajoutés dans les muffins, biscuits et gâteaux;
- Occasionnellement, les jus de fruits purs à 100 % peuvent être servis à la collation.

2.3 OFFRIR DES PRODUITS CÉRÉALIERS RICHES EN FIBRES

- Des aliments faits de grains entiers sont présents tous les jours au menu et représentent au moins 50 % des portions quotidiennes de produits céréaliers;
- Tous les gâteaux, muffins ou biscuits maison sont composés de farine mélangée (ex. : moitié farine blanche et moitié farine de grains entiers).
- *À propos des fibres : Les légumineuses et les fruits constituent également une excellente source de fibres et contribuent donc efficacement à l'atteinte de l'apport recommandé.*

2.4 OFFRIR DES LIPIDES DE QUALITÉ

- Les lipides ont une valeur énergétique élevée ; ils représentent un apport important d'énergie dans l'alimentation des enfants. Le régime alimentaire offert au CPE n'est pas réduit en matières grasses. Par contre, les gras utilisés sont de bonne qualité.

- Les sources de gras polyinsaturés et insaturés qui apportent aussi une valeur nutritive à l'alimentation sont utilisées. En voici quelques exemples :
    - Margarine molle <u>non hydrogénée</u>
    - Huile de canola pour la cuisson
    - Huile d'olive pour les vinaigrettes

- Des sources de gras riches en oméga-3 sont également choisies :
    - Poisson
    - Thon
    - Saumon

2.5 LIMITER LA CONSOMMATION DE SEL

- L'utilisation du sel est limitée au minimum dans la préparation des recettes et il n'est jamais ajouté dans l'assiette;
- Les aliments commerciaux ne sont pas privilégiés;

- Pour rehausser le gout des aliments et des recettes, les vinaigrettes maison, les oignons, l'ail, le gingembre, le persil et d'autres fines herbes sont utilisés.

2.6 LIMITER LA CONSOMMATION DE SUCRE RAFFINÉ

- Les recettes qui exigent une grande quantité de sucre raffiné sont modifiées, de sorte qu'une partie du sucre soit remplacée par de la purée de fruits ou simplement soustraite;
- Le cas échéant, les aliments commerciaux contenant moins de sucre ajouté* sont choisis au détriment d'autres aliments similaires qui en contiennent davantage

* Il ne s'agit pas d'aliments contenant des succédanés de sucre comme des édulcorants, mais bien d'aliments contenant moins de sucre ajouté.

2.7 LES BREUVAGES

- L'eau est offerte à volonté à l'enfant tout au long de la journée;
- Le lait 3.25% est offert à tous les dîners et à la collation de l'après midi ;
- À la pouponnière, nous acceptons de gérer les demandes particulières pour le lait si le parent fourni le lait (bio, soya, lait de riz etc.)
- Nous fournissions le lait de riz et de soya pour les enfants avec des intolérances ou des allergies sous présentation d'un billet médical

*** Note : Selon des études sur les pratiques alimentaires en CPE, il est fortement recommandé de servir du lait 3.25% pour les enfants de 5 ans et moins. En effet, le gras contribue au développement optimal de leur cerveau.**

2.8 QUELQUES ALIMENTS EXCLUS

En raison de leur très faible teneur nutritive et d'une teneur excessivement élevée en sucre raffiné, en gras saturés, en cholestérol ou en sodium, les aliments suivants ne se retrouvent pas au service de garde.

- Charcuteries (bologne, viandes fumées, saucisses à hot dog, saucisses à déjeuner, saucisses avec plus de 50 % de gras, tous les saucissons de type pepperoni, salami.
- Pâtés et pains de viande en conserve
- Bacon et simili-bacon
- Fritures

- Aliments panés du commerce (à l'exception des panures 100% multi grain, et grain entier et cuisson au four)
- Shortening ou margarine dure
- Saindoux
- Pâtisseries commerciales (beignes, crêpes, gaufres, croissants, muffins, etc.)
- Frites surgelées
- Poudre pour gelée commerciale
- Poudre pour pouding
- Rouleaux aux fruits
- Friandises commerciales, chocolatées et autres
- Friandises glacées commerciales (sauf le sorbet, la crème et le yogourt glacé)
- Croustilles salés et frites et bretzels
- De façon générale, le CPE évite les aliments commerciaux.

2.9 LES RISQUES D'ÉTOUFFEMENT

Les précautions suivantes sont observées afin de minimiser les risques d'étouffement :

- Pendant les repas, le personnel favorise une ambiance calme, assure une supervision constante, exige que les enfants demeurent assis et les encourage à bien mastiquer avant d'avaler;
- Lorsque du poisson frais est servi, une attention particulière est accordée à la vérification des arêtes;
- Les verres en polystyrène ou en plastique mince ne sont jamais utilisés pour servir les breuvages;

Note : Tout aliment dur, petit et rond doit être coupé, tranché ou haché. Aucun aliment n'est servi avec un cure-dents ou sur une brochette.

Les précautions suivantes sont observées lorsque certains aliments sont offerts aux enfants selon les groupes d'âge :

Avant 12 mois

- Les légumes sont bien cuits, puis coupés en petits morceaux ou en lanières;
- Les pommes crues sont sans pelure et râpées;
- Les raisins frais sont sans pépins et coupés en quatre;
- Les fruits sont sans pelure, sans noyau et sans pépins;
- Les petits fruits sont réduits en purée et tamisés.

Entre 1 an et 2 ans

- Certains légumes très tendres tels que champignons, tomates, concombre, avocat mûr, sont coupés en petits morceaux;
- Les légumes à chair ferme (carottes, céleri, navet, etc.) sont râpés ou blanchis et coupés en fines lanières;
- Les autres légumes crus sont râpés ou coupés en lanières;
- Les fruits frais comme les pommes, pêches, prunes et poires sont coupées en petits morceaux, sans pelure, sans noyau et sans pépins;
- Les raisins frais sont coupés en quatre;

Entre 2 ans et 4 ans

- Les légumes à chair ferme (carottes, céleri, navet, etc.) sont râpés ou blanchis et coupés en fines lanières;
- Tous les autres légumes crus sont râpés ou coupés en lanières;
- Les raisins frais sont coupés en quatre ;
- Les fruits à noyau sont dénoyautés.

3. ÉLABORATION DES MENUS

3.1 LA STRUCTURE DES MENUS

- Tous les menus sont élaborés à partir des recommandations du Guide alimentaire canadien et respectent les énoncés de la présente politique;
- De vingt à trente menus journaliers différents sont présentés en rotation pendant quatre ou six semaines, selon la saison.

3.2 LES COLLATIONS

Une collation saine contribue à combler les besoins énergétiques des enfants. Une bonne collation, servie au moins deux heures avant le repas, vient compléter le repas précédent et non remplacer le suivant.

- Deux collations nutritives sont servies quotidiennement à chaque enfant;

- Les collations sont composées d'au moins deux des quatre groupes recommandés par le Guide alimentaire canadien ;

- Le choix des collations tient compte du moment des autres repas. Généralement, le nombre d'heures séparant la collation du matin et le dîner est moindre que celui séparant la collation de l'après-midi et le souper. La collation du matin sera plus légère et contiendra des glucides simples, digérés plus rapidement, comme des fruits Celle de l'après-midi sera plus rassasiante, contenant des glucides complexes qui se digèrent plus lentement, tels des produits céréaliers, des légumineuses et des produits du soya, ainsi qu'une source de protéines et des lipides (acides gras essentiels et insaturés).

4. ALIMENTATION EN POUPONNIÈRE

Le Centre reconnaît le parent comme premier éducateur de son enfant et respecte ses décisions à cette étape. Apprendre à manger représente une transition importante dans la vie d'une enfant. Cet apprentissage touche tous les aspects du développement et se révèle donc une expérience en soi qui inclut le plaisir de porter des aliments à sa bouche et de les découvrir.

4.1 L'INTRODUCTION DES ALIMENTS COMPLÉMENTAIRES

À la pouponnière, le rythme de l'enfant est respecté et l'introduction des aliments complémentaires se déroule en étroite collaboration avec le parent et l'éducatrice.

Le parent sera encouragé à remplir une fiche de communication afin d'informer le personnel de la pouponnière au fur et à mesure des nouveaux aliments intégrés dans le régime de son enfant.

À cause des risques d'allergies alimentaires précoces (surtout lorsqu'il y a présence d'allergies alimentaires au sein de la famille immédiate), aucun aliment qui n'ait d'abord été intégré par le parent ne sera offert au poupon.

- Lorsque le poupon commence à manger les aliments complémentaires, le personnel le nourrit à la cuillère. Dès qu'il démontre la volonté de saisir les petits morceaux avec ses mains ou avec la cuillère, le personnel encourage ces pas vers la découverte et l'autonomie et le supporte dans cet apprentissage;
- Le poupon peut avoir un appétit variable d'un jour à l'autre. Le personnel respecte l'appétit de l'enfant en étant attentif aux signes de faim ou de satisfaction;
- Le miel pasteurisé ou non ne sera pas offert avant l'âge de 12 mois, que ce soit seul, ou ajouté à une recette;

- Mis à part l'eau et le lait, les breuvages seront offerts à l'enfant dans un gobelet à bec et non dans un biberon. Tout breuvage, même au gobelet, n'est jamais laissé à l'enfant sur une longue période de temps;
- Les boires sont toujours effectués sous surveillance constante du personnel et aucun breuvage ni aucun aliment ne sont donnés à l'enfant lorsqu'il est en position couchée;
- Les boires sont toujours donnés par l'adulte au nourrisson, et ce, jusqu'à ce que ce dernier ait la capacité de tenir et de manipuler lui-même le biberon.

5. ALLERGIES ET INTOLÉRANCES ALIMENTAIRES

5.1 LA PRÉVENTION : UNE RESPONSABILITÉ PARTAGÉE

L'intolérance comme l'allergie requièrent un avis médical. En ce qui concerne les mesures de prévention pour les enfants à risque, c'est-à-dire dont certains membres de la famille immédiate (père, mère ou frère, sœur) présentent des allergies, le centre respectera les recommandations écrites et signées du professionnel de la santé (allergologue ou autre). ***Prendre note que si l'adaptation requise est majeur et/ou si l'enfant a besoin d'une diète spéciale, les parents devront fournir les repas et les collations.**

Les mêmes mesures de prévention sont appliquées dans les deux cas, bien que les symptômes, le traitement et les conséquences diffèrent. Il importe donc, pour la sécurité de tous, que les membres du personnel apprennent à reconnaître les différents symptômes, puissent identifier les allergènes et soient aptes à prendre les mesures qui s'imposent en cas de réaction allergique ou de choc anaphylactique.

En ce qui concerne les restrictions alimentaires dues à des motifs religieux, les allergies, l'apparition d'une allergie ou d'une intolérance alimentaire, lors de l'inscription, le parent doit :

- Aviser le personnel de l'administration, la cuisinière et l'éducatrice, et transmettre les informations pertinentes;
- Fournir les médicaments d'urgence (auto-injecteur d'épinéphrine), ainsi que la prescription relative à l'administration de ce médicament signée par un membre du Collège des médecins (les renseignements inscrits par le pharmacien sur l'étiquette du médicament prescrit font foi de l'autorisation du médecin) ;
- Fournir, dans le cas de mesures préventives pour les enfants à risque (présence d'allergie dans la famille immédiate), la prescription préventive écrite et signée par un professionnel de la santé;

- Transmettre au personnel tout changement concernant l'allergie ou l'intolérance;
- Signer l'autorisation écrite afin de permettre au personnel du CPE d'administrer l'auto-injecteur en cas de besoin;
- Signer l'autorisation écrite afin de permettre au CPE de mettre en évidence les fiches d'identification dans le local fréquenté par l'enfant lors de la prise de repas et de collations, de même que dans la cuisine.

Dans les cas de restrictions alimentaires en lien avec des croyances religieuses

Dans le cas des restrictions alimentaires en lien avec des croyances religieuses, une alternative unique et végétarienne est offerte. À ce sujet, le CPE s'engage à prendre les moyens pour respecter les consignes des parents dans la mesure du possible et rappelle que la pratique de l'accommodement raisonnable exige une approche coopérative et tolérante de la part des parents comme du CPE.

L'alternative végétarienne (sans viande) n'est offerte que pour accommoder les enfants ayant des restrictions alimentaires dues à des motifs religieux.

La direction s'assure :

- Que le dossier de l'enfant contienne toutes les informations et autorisations nécessaires; que les mises à jour y soient effectuées et reportées sur les fiches d'identifications présentes dans les différents locaux;
- Que l'information sur les mises à jour soit transmise à la responsable de l'alimentation ainsi qu'aux membres du personnel appelés à travailler auprès des enfants, y compris les remplaçantes;
- Que les informations et les publications récentes disponibles sur le sujet soient remises au personnel.

Le personnel éducateur :

- Veille à ce que l'enfant présentant une ou des allergies ne soit pas en contact avec les matières allergènes;
- Assure une communication efficace et une bonne collaboration avec la responsable de l'alimentation afin de prévenir tout risque d'erreur à l'égard des allergies et des intolérances alimentaires;

- S'assure d'expliquer l'allergie ou l'intolérance aux autres enfants de son groupe dans le but de les sensibiliser, en prenant soin toutefois que l'enfant allergique ne soit pas exclu ou étiqueté;
- Voit à ce que le lavage de la bouche et des mains après les repas soit respecté;
- S'assure que les vêtements souillés de nourriture soient remplacés;
- Apprend aux enfants à ne pas échanger : les ustensiles, la vaisselle ou les aliments. Dans de tels cas, peu importe s'il y a présence ou non d'allergie ou d'intolérance, les objets ou les aliments sont retirés et remplacés;
- S'assure de bien nettoyer les tables et de retirer toute trace d'aliments sur le sol et sur les chaises après les repas;
- Manipule avec attention les repas destinés aux enfants présentant des allergies afin d'éviter toute contamination avec les autres aliments;
- Prend soin de vérifier s'il y a présence d'allergies ou d'intolérances avant d'utiliser des aliments pour le bricolage;
- Assure une vigilance accrue lors d'activités spéciales ou de sorties et se tient prêt à intervenir rapidement au besoin;
- Informe systématiquement toute personne qui assure son remplacement ou une assistance auprès de son groupe, qu'il s'agisse d'un membre du personnel ou d'un bénévole, de la présence d'enfants ayant une allergie ou une intolérance;
- Range les médicaments d'urgence (auto-injecteur d'épinéphrine) dans un endroit facilement et rapidement accessible, et ce, en tout temps. Noter que les autres médicaments, comme les antihistaminiques (ex. : Benadryl), ne sont pas considérés comme des médicaments d'urgence et doivent donc être rangés sous clé;
- Apporte les médicaments d'urgence lors des sorties.

La responsable de l'alimentation :

- Offre des repas sécuritaires aux enfants présentant des allergies ou des intolérances alimentaires;
- Lors de la préparation des repas, adapte ses méthodes de travail pour exclure tout risque de contamination de la nourriture destinée aux enfants pour lesquels certains aliments représentent un danger;
- Utilise des moyens efficaces pour isoler les repas destinés à ces enfants lors du transport vers les locaux;
- Communique efficacement et collabore avec le personnel éducateur afin de prévenir toute possibilité d'exposition des enfants allergiques ou présentant une intolérance alimentaire aux aliments à risque;

- S'assure que ses connaissances en matière d'allergies et d'intolérances alimentaires soient à jour.

6. ANNIVERSAIRES, FÊTES ANNUELLES ET ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX

6.1 ANNIVERSAIRES

- Pour souligner les anniversaires des enfants, le centre prévoit un gâteau d'anniversaire sauf pour la pouponnière ou un dessert nutritif spécial est préparé par le responsable de l'alimentation est servi ;
- Pour des raisons de sécurité liées aux allergies alimentaires et d'équité entre les enfants, aucun gâteau ou autre dessert d'anniversaire apporté par les parents ne sera accepté.

6.2 FÊTES ANNUELLES ET ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX

Ces occasions font l'objet d'une exclusion de la présente politique. Cette exclusion concerne les fêtes annuelles telles que l'Halloween, Pâques, la Saint-Valentin, etc., ainsi que d'autres évènements spéciaux, comme la fête familiale de fin d'année. Bien que les collations et les repas servis lors de ces occasions soient composés d'aliments sains et nutritifs comme à l'habitude, cette exclusion permet l'ajout d'aliments ne faisant pas partie du Guide alimentaire canadien ou encore l'ajout d'aliments qui sont habituellement exclus (ex : friandise).

7. APPROVISIONNEMENT

7.1 LA PROVENANCE DES PRODUITS

- Le CPE s'approvisionne chez des fournisseurs autorisés qui peuvent garantir la provenance de l'aliment et qui sont en mesure d'informer leurs clients sur les conditions dans lesquelles il s'est développé et a été conservé;
- Le CPE privilégie, dans la mesure du possible, les produits régionaux et provinciaux.

7.2 LA SÉCURITÉ ALIMENTAIRE

- Le CPE n'utilise pas de lait cru ni de jus de fruits non pasteurisés;
- Le CPE n'accepte aucun produit de la chasse ou de la pêche récréative;

- Le CPE n'accepte aucune conserve maison, aucun mets préparé à la maison ou de confection artisanale (sauf pour des conditions particulières prévues, liées aux restrictions alimentaires et aux allergies) ;
- Les aliments qui présentent une apparence douteuse ou un emballage endommagé sont jetés ou retournés au marchand;
- Lorsqu'un avis est émis concernant un aliment, la direction transmet l'information à la responsable de l'alimentation qui vérifie sa présence dans l'inventaire et le retire le cas échéant.
- Le CPE est inscrit sur la liste d'envoi de l'Agence canadienne d'inspection des aliments afin de recevoir les rappels d'aliments et alertes à l'allergie (www.inspection.gc.ca).

8. HYGIÈNE ET SALUBRITÉ

8.1 HYGIÈNE DANS LES AIRES DE PRÉPARATION

Les règles d'hygiène recommandées par le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation sont respectées :

- Les surfaces de travail, les ustensiles et les accessoires de cuisine sont nettoyés et désinfectés entre chaque usage;
- Les comptoirs sont lavés et désinfectés au début et à la fin de chaque journée de travail;
- Les surfaces de travail, l'équipement et les ustensiles sont vérifiés quotidiennement. Ils sont faciles à nettoyer, exempts de fissures et de particules détachables;
- Chaque désinfection est précédée d'un nettoyage en profondeur;
- Les produits de nettoyage et d'assainissement sont approuvés pour un usage alimentaire et utilisés selon le mode d'emploi prescrit par le fabricant. L'eau de Javel diluée (1/10) peut aussi être utilisée;
- Tous les produits de nettoyage et d'assainissement sont rangés à l'écart des aliments et hors de la portée des enfants;
- L'équipement, les ustensiles et la vaisselle sont bien asséchés pour éviter le développement de micro-organismes;
- L'usage de tampons à récurer métalliques, comme la laine d'acier, est interdit puisqu'ils se désagrègent et constituent un risque pour la santé. L'utilisation de tampons à récurer en nylon est privilégiée;
- Les torchons et guenilles sont lavés et désinfectés après chaque usage.

8.2 HYGIÈNE DU PERSONNEL

Le personnel qui manipule l'équipement de la cuisine ou les aliments observe les mesures d'hygiène suivantes recommandées par le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation :

- Se laver les mains et les avant-bras avec de l'eau chaude et du savon avant de manipuler la nourriture, après avoir fumé, s'être redu aux toilettes, s'être mouché, avoir manipulé des aliments crus et chaque fois qu'il y a un risque de contamination;
- Se couvrir entièrement les cheveux avec une résille ou un chapeau et, s'il y a lieu, un couvre-barbe;
- Porter une chemise ou un tablier propre utilisé seulement pour le travail;
- Éviter de porter bijoux, montre ou vernis à ongles;
- Recouvrir toute blessure d'un pansement imperméable et dans le cas d'une blessure aux mains, recouvrir le pansement d'un gant à usage unique;
- S'abstenir de manipuler des aliments en cas de maladie contagieuse, comme la gastro-entérite;
- Lorsque les gants sont utilisés, ils doivent être changés chaque fois qu'il y a préparation d'aliments différents. Ils sont jetés à la même fréquence que le lavage des mains;
- Les déplacements entre les locaux du CPE et la cuisine, sans respect des règles d'hygiène, sont à proscrire;
- Les personnes qui manipulent les aliments doivent préalablement se couvrir la tête d'une résille et se laver les mains à l'eau savonneuse ou avec une solution désinfectante sans rinçage;
- La présence d'animaux domestiques dans la cuisine est interdite.

8.3 SALUBRITÉ

8.3.1 Récupération des surplus

- Considérant les risques de contamination (air, manipulations diverses, contamination croisée lors du service, mets laissés à la température de la pièce), les surplus provenant des locaux ne sont pas conservés;
- Les mets qui ont été maintenus à une température de 60°C pendant la période du service sont refroidis, puis congelés. Pour réutiliser les surplus, il faut les décongeler au réfrigérateur, puis les réchauffer à une température de 63°C pendant 3 minutes;
- Lorsque réchauffés au four à micro-ondes, les mets doivent atteindre une température de 74°C pour assurer une remise en température sécuritaire.

8.3.2 Préparation des aliments

- Les fruits et légumes pourris sont jetés;
- Avant et après la manipulation des fruits et des légumes frais, le personnel se lave les mains à fond durant au moins 20 secondes à l'eau chaude et au savon;
- Tout l'équipement de cuisine qui a été en contact avec les produits frais, comme les surfaces de travail, les planches à découper et les ustensiles, est lavé à fond, à l'eau chaude et au savon. Il est ensuite rincé et désinfecté, puis séché à l'air libre;
- Les fruits et légumes sont lavés à fond, à l'eau potable, sous le robinet. À moins d'avis contraire, aucun savon ni détergent n'est utilisé;
- Les parties meurtries ou endommagées des fruits et légumes sont retirées, car des bactéries nuisibles peuvent s'y développer. Le couteau est ensuite nettoyé pour empêcher que le reste des fruits ou des légumes soit contaminé;
- Les fruits et légumes pelés ou coupés sont immédiatement placés dans un contenant propre pour éviter la contamination croisée;
- Les éponges ou autres articles de nettoyage que l'on peut difficilement maintenir propres et secs sont à éviter, car ils peuvent propager des bactéries.

9. CONSERVATION ET ENTREPOSAGE

9.1 AU RÉFRIGÉRATEUR

- Des thermomètres sont installés en permanence dans les réfrigérateurs afin de s'assurer en tout temps que les aliments périssables sont conservés et entreposés dans des conditions optimales;
- Les aliments périssables ou potentiellement dangereux sont conservés à une température de 4°C ou moins. La réfrigération permet de ralentir la multiplication des bactéries;
- Tous les aliments placés au frigo sont couverts. Les viandes et les volailles sont placées dans un contenant afin d'éviter que leur jus s'écoule;
- Les aliments présentant une odeur, une texture ou une couleur inhabituelle sont jetés;
- Les dates de péremption sont vérifiées et la rotation des aliments est effectuée;
- Les aliments et les surplus sont conservés dans des contenants hermétiques sur lesquels est inscrit le contenu ainsi que la date de fabrication.

9.2 REFROIDISSEMENT

- Les aliments sont refroidis le plus rapidement possible à 4 °C;
- Puisque la température des aliments doit passer de 60 °C à 21 °C en 2 heures ou moins, puis de 21 °C à 4 °C en 4 heures ou moins, les recommandations suivantes, provenant de ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation, sont appliquées :
- Transférer les aliments dans de petits contenants ou dans des contenants peu profonds. Dès que la température atteint 60°C, mettre au réfrigérateur à demi couvert. Une fois qu'ils sont bien refroidis, les couvrir hermétiquement;
- Placer les gros contenants dans un bain d'eau froide ou glacée.

9.3 AU CONGÉLATEUR

- Des thermomètres sont installés en permanence dans les congélateurs afin de s'assurer en tout temps que les aliments congelés sont conservés et entreposés dans des conditions optimales;
- Les aliments congelés sont conservés à une température de -18 °C;
- Les sacs ou contenants conçus pour la congélation sont utilisés;
- La congélation permet d'arrêter la multiplication des bactéries, mais ne les détruit pas. Les aliments décongelés ne sont jamais recongelés, à moins qu'ils n'aient été cuits après la décongélation.

9.4 DÉCONGÉLATION

Les aliments sont décongelés de l'une des façons suivantes :

- Au réfrigérateur, à 4 °C ou moins;
- Au four à micro-ondes, cuits tout de suite après;
- Au four conventionnel, en même temps que la cuisson;
- Sous l'eau froide courante.

9.5 AU GARDE-MANGER

- Les denrées sèches telles que le riz, la farine, le gruau, la cassonade, le couscous, les pâtes alimentaires, le sucre, etc. sont entreposées dans des contenants hermétiques transparents et identifiés;
- Les produits périmés, les conserves endommagées, les produits qui ont une odeur et une apparence anormales sont jetés. Les aliments sont entreposés à 10 cm ou plus du sol pour permettre un nettoyage efficace du plancher.